Le déroulement d’une compétition GAF

Il existe plusieurs types de compétitions :

* les départementales
* les régionales (A et B)
* et la finale.

La 1ère compétition est la départementale (uniquement les clubs du 78).

Si l’équipe est sélectionnée lors de la compétition départementale alors elle concourra sur une compétition régionale A avec tous les clubs de l’Ile de France.

Si elle est qualifiée sur la compétition régionale alors elle ira en finale.

Si l’équipe n’est pas sélectionnée lors des départementales alors elle ira en régionale B.

Le nombre maximum de compétition à l’année s’élève à 3.

Un juge doit être fourni pour chaque équipe représentée (3 équipes = 3 juges)

Les juges doivent avoir minimum 14 ans. Un juge peut être un parent qui aura fait une formation de 4 jours seulement.

*Aucun frais ne vous sera demandé (le montant de la cotisation fixé en début d’année comprend le prix de la licence ainsi que les frais engagés pour les inscriptions aux compétitions).*

Une équipe est composée de six gymnastes. **En dessous de 4 gymnastes l’équipe ne peut pas concourir.**

**AVANT :**

* Les gymnastes se présentent 1 heure à l’avance sur le lieu de compétition afin d’effectuer un échauffement collectif. La salle d’échauffement peut être équipée ou non d’agrès.
* L’équipe doit porter une tenue similaire c’est à dire justaucorps et veste du club lors du passage sur le plateau de gymnastique et lors du palmarès.
* Un short noir peut être admis mais devra être enlevé ainsi que la veste lors du passage à l’agrès.

Le justaucorps est en vente au club au prix de 65€.

Il est recommandé de posséder son propre justaucorps par mesure d’hygiène, sinon il peut être loué uniquement pour les compétitions au prix de 5€ à l’année.

La veste est prêtée gracieusement aux gymnastes pour l’occasion.

**PENDANT :**

* L’équipe se présente aux juges
* Elles auront 3 à 5 minutes d’échauffement pour toute l’équipe et sur chaque agrès
* Chaque gymnaste passe individuellement sur les barres, la poutre, le sol en musique et deux passages au saut de cheval.

Cela dure à peu près 1h30.

**APRES :**

* L’équipe complète ainsi que les autres équipes doivent se présenter, à l’heure indiquée du palmarès, afin de procéder à l’annonce des résultats.

Cela dure à peu près 30 à 45 minutes.

La veste devra être rendue à l’entraineur juste après la compétition.

Le justaucorps devra impérativement être rendu et lavé au premier entrainement qui suivra la compétition.